

## الطب البديل في شعر المغرب العربي- أرجوزة الشقروني أنموذجاً

أ.م.د. عاطي عبيات\*  
م.م. مالك كعب عمير

### مقدمة:

ترجع معرفة الإنسان بالنباتات والأعشاب إلى آلاف السنين عندما اتخذها غذاءً وكساءً وعقاراً، فאלله عزوجل خلق الأعشاب والنباتات منذ بدء الخليفة وهياها غذاءً ودواءً أساسياً لكل المخلوقات. ولاشك «أن الإنسان العربي منذ بداءته فتح عينيه على هذه الطبيعة التي حباها الله تعالى بما لا يحصى ولا يعد من مصادر الحياة والخير والجمال والصحة والقوة، فعاش في أرجائها الفسيحة مستمداً غذاءه ودواءه بل حياته مما تنبت له، وشاعراً بجمال ما تتزين به من أشجار وأعشاب ونجوم وأعنان وبقل ونخل وأزهار وأنوار وورود ورياحين فأوردها في متون أدبه وسقاها من بحور شعره، وزرعها في تراثه القديم وإنتاجه الحديث على السواء» (دياب، ٢٠٠١، ٤) فكان هذا الإنسان بحكم طبيعته التواقة على حب الإستطلاع والإستكشاف وحاجته الغذائية والطبية من الأعشاب والنباتات وماتليه عليه معتقداته الدينية راح يصوب تفكيره نحو قدرة الله وما يخرج من الأرض، المختلف الأنواع والأصناف والألوان من زرع وشجر وهذا ما دللت عليه الآية الكريمة «يُنْبِتُ لَكُمْ بِهِ الزَّرْعَ وَالزَّيْتُونَ وَالنَّخِيلَ وَالْأَعْنَابَ وَمِنْ كُلِّ الثَّمَرَاتِ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَةً لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ» (النحل/ ١١) وقوله تعالى أيضاً: «أَوَلَمْ يَرَوْا إِلَى الْأَرْضِ كَمْ أَنْبَتْنَا فِيهَا مِنْ كُلِّ زَوْجٍ كَرِيمٍ (\*) إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَةً وَمَا كَانَ أَكْثَرُهُمْ مُؤْمِنِينَ (الشعراء/ ٧- ٨) واستناداً على هذه المعطيات دأب الإنسان العربي على البحث عن الأعشاب والنباتات في الطبيعة وبين الصخور والكهوف والوديان والسهول وألف كتباً عديدة في هذه المضمار. واتخذ من ثمار الطبيعة وسائل علاجية في التغذية والتداوي.

\* كلية الشريعة والمعارف الإسلامية، قسم اللغة العربية وآدابها



فالطبُّ يعدُّ عبر التاريخ علماً فطرياً منذ الأزل، «عندما احتاج الإنسان القديم إلى معالجة الأجسام التي تخرج عن نشاطها الطبيعي، فاخترعت المداواة ما وجدت الآلام، حتى إذا وصلنا إلى العصر الإسلامي في زمن النبي (ص) وجدناه يتبع أساليب مختلفة تعرف بإسمه، وأطلق عليها (الطب النبوي)، ولم يكن الدافع وراء ولادة الطبِّ في الأندلس والمغرب العربيّ ليجتلب عن ذلك، فقد كان ثمرة لمعانة الناس مع المرض حتى دعتهم الحاجة بوحى الإلهام والتجربة إلى تطوره.

فالطبُّ الذي ترعرع ونما في أوساط الأطباء في المغرب العربي كان وليد إفكار قائمة على معارف سابقة من علوم الطب الذي اقتبسوه من علماء المشارقة وغيرهم». (نوفل، ٢٠٠٩، ١٧) فالتراث العلمي في المشرق والأندلس قد أسعف التجربة المغربية كثيراً، فالشعر والأدب الذي انبثق في تلك الديار امتاز بنهكة علمية تختلف إلى حدٍ ما عن الشعر الشرقي، لأنَّ الدويلات والحكومات المحليّة آنذاك أخذت على عاتقها إنشاء المدارس والمعاهد وتشجيع العلماء على مدارس الكيمياء والحساب والطب والهندسة

والجبر والتنجيم والتاريخ والجغرافية وأهتمت كثيراً بطب والإطباء ونزعت نزعة علمية في حقول العلم والأدب وبعد هذا المخاض العسير استطاعت أن تتجب علماء وشعراء وأطباء إستطاعوا الجمع بين مهنة الطب والشعر وعلى رأسهم الشاعر والطبيب "عبدالقادر بن شقرون" والذي شقّ لنفسه طريقاً نحو غايته المنشودة من خلال البحث والتقصي في عالم النبات لسدّ حاجة تلك النفس الظامئة إلى الجسم السليم والعقار النافع. فأرجوزته الشهيرة الذي ألّفها توجد فيها إشارات عديدة حول النباتات والأعشاب وفوائدها في التغذية والعلاج، تهدي على إشاراتها وبساطتها الأسس البناءة لتحصيل المرء على ما يلزمه من العناصر اللازمة لبناء جسمه دون بخس أو تفريط، وإن نتائج المتخبرات الطبية الحديثة كشفت وتكشف تلك الإشارات الطبية الهامة، التي ذكرها الشاعر في القرون السالفة.

### الخلفية التاريخية:

الشعر العربي بسبب خصوصيته الفريدة والتميزة التي حظي بها على الصعيد العربي والعالمي، تناولته الكثير من الدراسات والأبحاث في مجالات شتى ولم تختصر تلك



## السيرة الذاتية للشاعر والطبيب

### الشقروني:

صاحب هذه الأرجوزة هو العلامة "عبد القادر بن العربي بن شقرون" المنبهي المدغري المكناسي، طبيب ماهر، وفقهه متمكن، وأديب بارع، أخذ العلم بمدينة فاس ومكناس عن خيرة علماء عصره، كأحمد بن الحاج، ومحمد المسناوي الدلائي، وعبد الرحمان بن عمران، وعبد السلام القادري، وأحمد بن محمد أدراق، وأبي مدين السوسي، وسعيد العميري التادلي وآخرين. حتى قال عنه العلامة محمد بن الطيب العلمي في كتابه "الأنيس المطرب فيمن لقيته من أدباء المغرب": «شاعر مصيب، رتع من البلاغة بمرعى خصيب» (نقلاً عن تاووت، ٣، ١٩٨٤/١٥٨١) وأتى له بإشعار متغزلاً ومتوسلاً وغيرها ومعلومات طبية. وأحرز "الشقروني" من الدراية أوفر نصيب، ودخل بيوت العربية من أوضح المسالك، كما يقال فَرَكَبَ الأدوية، وانتشرت له بين الحكماء أي ألوية، وعرف الأمراض، وأرسل سهام الرقى فأصاب الأغراض. وله رحمه الله أعمال أخرى غير هذه الأرجوزة التي بين أيدينا، منها شرحه على كتاب البسط

الأبحاث على موضوع بعينه. فالدراسة التي نحن بصددتها هي دراسة جديدة من نوعها وجديرة بالإهتمام وعلى حد ظني والله أعلم، لم يفرد أحد من الباحثين بحثاً مستقلاً تناول صدى الأعشاب والنباتات الطبية في الشعر العربي ولا سيما في أرجوزة الشقروني، بل كل ما وجدناه هو وصف للأشجار والطبيعة وبعض التأليفات العلمية القديمة التي تناولت معرفة الشجر والنبات بإعتباره جزءاً من اللغة دون التطرق إلى الشعر والأدب ومن هذه الدراسات كتاب الزرع لأبي عبيدة معمر بن المثنى (١١٠-٢٠٩هـ) وكتاب الشجر لأبي زيد الأنصاري (١١٩-٢١٥هـ) وكتاب الشجر والنبات لأحمد بن حاتم (٢٣١هـ) وكتاب النخل والكرم للأصمعي (١٢٢-٢١٦هـ) وكتاب النبات والبقول لأبن أعرابي (٢٣١هـ) وكتاب النبات لأبن السكيت الدورقي الخوزستاني وكتاب التغذية لحبيس الأعسم وكتاب الأدوية المفردة لإسحاق بن حنين (٢٩٨هـ) وكتاب منافع الأغذية لأبي بكر الرازي (٣٢٠هـ) وعشرات الكتب الأخرى التي دونت في هذا المضمار. والتي لم تمت بصلة للموضوع الذي نحن بصددته.



والتعريف للعلامة المكودي (في علم النحو) كما له أشعار وقصائد مختلفة، منها ما هو في مدح النبي (صلى الله عليه وآله وسلم) أما وفاته فكانت بموطنه بمكناسة الزيتون، غير أننا لانعرف تاريخا محددا لها، وغاية ما نعرفه أنه كان حيا يرزق عام ١١٤٠ هـ - ١٧٢٧م، أي بعد وفاة السلطان المولى إسماعيل بسنة واحدة.

[http://www.cheikh-](http://www.cheikh-skiredj.com/bibliotheque-ourjouza-chakrouniya-3.php)

[skiredj.com/bibliotheque-](http://www.cheikh-skiredj.com/bibliotheque-ourjouza-chakrouniya-3.php)

[ourjouza-chakrouniya-3.php](http://www.cheikh-skiredj.com/bibliotheque-ourjouza-chakrouniya-3.php))

### أهمية الأرجوزة:

إن هذه الأرجوزة هي فريدة في علم التغذية من نوعها بحيث تضمنت أنواع مختلفة من الأعشاب والنباتات علاوة على إحتوائها على الكثير من السوائل والألبان واللحوم وما يهمننا في هذا الصدد تناولها للأعشاب والنباتات ذات المنافع الطبية والغذائية، بحيث انتهجت تصوراً منهجية قائمة على الوصف والتحليل العلمي وقام هذا التصور على المبادئ العامة المعروفة في تاريخ العلم والطب الشائع في عصرها. فحرص صاحبها على أسلوبية الأرجوزة- رغم قيمتها التعليمية-فارتكزت على التقريرية العلمية، كما جنحت في كثير من

المواضع إلى ملامح شعرية قوامها الإيحاء، والإنزياح والتناص، وبعض المظاهر البلاغية كالتشبيه والطباق، والإقتباس الإشاري من القرآن الكريم والحديث النبوي. كما لا تغفل الأرجوزة عن سلاسة المعجم الأدبي والموازنات الصوتية والإيقاعية، كما دأب صاحبها على الوضوح دون إسفاف أو إطالة في إرساء المفاهيم العلمية والطبية المتعلقة بالأعشاب والنباتات في سبيل تأمين حاجيات الجسم البشري وسبل التداوي بها فهذه الأرجوزة كانت بمثابة صيدلية متحركة، كما يقال نظرا لما تحتويه من مواد فعالة، ونصائح وتوجيهات جمة، مع ما تضمنته من منافع بالغة القيمة لا حصر لها، وهذا ما أكسبها قيمة طبية مهمة تتلاقى في الكثير من الأحيان مع منجزات الطب الحديث بخصوص فوائد تلك النباتات وهذا إن دلّ على شيء فإنما يدلّ على تلاحق الرؤى وإقرار بفضل الأوائل على الأواخر.



## - الأعشاب الطبية والعلاقة بين الشعر

### والطب:

لقد وجد الشعراء في الشعر السبيل الناجح للتعبير عما يختلج في نفوسهم من معالم معرفية وإشارات عقلية وطبية منضوية في الأعشاب والنباتات والأشجار والعمل على إيصال فوائدها الطبية إلى المتلقي. فالإشارات الطبية الواردة في الشعر العربي تدل على معرفة بعض الشعراء بالعلوم والمعارف الطبية سيما معرفتهم بالأعشاب والنباتات الطبية وهذا إن دلّ على شيء فإنّما يدلّ على وسعة معرفتهم بالمصطلحات الطبية والوصفات الناجعة في العلاج والتدوي من بعض الأمراض والأسقام لأنّ بعض الشعراء كانوا أطباء وهذا الأمر يبرهن على براعتهم كما أن هناك قواسم مشتركة بين الطب والشعر، فاليد التي تحمل مبضع الجراحة كما يقال، قد تكون يداً تعرف كيف تمسك القلم، كي تصوغ شعراً صافياً، تفوح منه رياحين الجمال وفتنة السحر والدلال.

فالعلاقة الحميمة بين الشعر والطب لا أحد يستطيع إنكارها فهي علاقة وطيدة كما

أشار إليها الطبيب الأديب "غالب خليلي" صاحب كتاب الحب بين الأدب والطب بقوله: بين الأدب والطب علاقة وثيقة حميمة وبجمعها حب خالد فالطب مهنة لصيقة بالحياة إنّه فن التخابط مع المريض واحاسيسه هذا الذي نعول عليه آمالاً كبيرة في التشخيص والعلاج. وعن تلك العلاقة قال أحد الشعراء المتأخرين:

طبي وحيي وشعري. شغل أندية  
وهم بحاتّة عن أحسن الحس  
أتيت الى الدنيا طبيباً وشاعراً  
أداوي بطبي الجسم والروح بالشعر

[http://thawra.alwehda.gov.sy/\\_archive.asp?FileName=٤٠٥٠٥٤٥٠٢](http://thawra.alwehda.gov.sy/_archive.asp?FileName=٤٠٥٠٥٤٥٠٢)

٢٠٠٥٠٩٢٩٢١٣٧١٠

فالعلاج بالأعشاب والنباتات هو في حدّ ذاته نداء للعودة إلى عظمة الخالق والبساطة والبعد عن الوصفات المركبة الكيماوية والسموم الضارة. فالبحت في الطبيعة وخيراتها من الأعشاب والنباتات والأشجار، والإستفادة من ثمارها ستؤمن غذاء الجسم ونمائه وستكون خير بديل لعلاج الإنسان وتطبيب أوجاعه وأسقامه. ونظراً لتلك الفائدة العظمى نجد أثراً



واضحاً في القرآن الكريم بخصوص الاستفادة من هذه الأعشاب والنباتات وفوائدها الجمّة، حيث قال ربّ العزة في محكم كتابة العزيز: «والأرض مددناها وألقينا فيها رواسي وأنبتنا فيها من كل زوج بهيج\*تبصرة وذكرى لكلّ عبد منيب» (سورة ق/٧-٨) وقال تعالى: «أولم يروا إلى الأرض كم أنبتنا فيها من كل زوج كريم» (الشعراء/٧) فالكريم: الكثير المنافع، والبهيج: الحسّن اللون.

#### ١-١- البصل:

البصل نبات بصلي حولي من الفصيلة الزنبقية، تتكون ثماره في التربة، ولبعضه طعم حريّف لاذع. «عرف البصل منذ آلاف السنين لدى المصريين القدماء وادركوا ما للبصل من فوائد عديدة تفوق معظم العلاجات في علاجات نزلات البرد. فقد كان غذاؤهم الرئيسي هو البصل والثوم أثناء بناء الأهرامات لحفظهم من الأمراض ومنحهم القوة لمواصلة بناء الأهرامات» (الورداني، د.ت، ١١٣)

والبصل من الأطعمة المعروفة «وهو يحتوي ضمن ما يحتوي على أنواع من مادة الفيرمنت وهي العامل الهاضم للغذاء في عصارة المعدة والأمعاء. كما أنّه يحتوي على

مادة الكوكونين التي لها ما للأنسولين من قدرة على تنظيم عملية إحراق المواد السكرية في الجسم واستهلاكها» (عراقي، ١٤١٣ هـ، ١٦) فالبصل لأهميته الكبرى أخذ حيزاً كبيراً في التراث والثقافة الإسلامية بحيث صُنِفَ "بصدلية النباتات" حتى قال عنه نبينا محمد(صلى الله عليه وآله وسلم): «إذا دخلتم بلاداً فكلوا من بصلها يطرد عنكم وباءها» (الورداني، د.ت، ١١٦) وفي حديث شريف عن الإمام الصادق (ع): «البصل يطيب الفم ويشدّ الظهر ويرق البشرة ويذهب بالنصب ويشدّ العضد ويزيد في الماء ويذهب بالحمى» (رويه، ١٤٣، ١٩٨٢) وقد جاء في مجلة "كل شيء" الفرنسية أن العالم الطبيب "جورج لاكوفسكي" حقن بمصل البصل كثيراً من المرضى ولاسيما مرضى السرطان فحصل على نتائج باهرة. والمواد الفعالة الطبية في البصل هي: فيتامين (س) للتغفن والمنشط، وكذلك الهرمونات الجنسية المقوية للرجال، ومادة (الكلوكنين) وهي مثل الأنسولين تضبط السكر في الدم، ولذا فإن البصل من الأدوية المفيدة لمرضى السكر، ويوجد بالبصل كبريت، وحديد، وفيتامينات مقوية للأعصاب).



وَالْأَبْيَضُ الصَّيْفِيُّ الْغَلِيظُ الْجَرْمُ  
أَقْلُ حَرًّا قَالَ أَهْلُ الْعِلْمِ  
وَلِلْمَشَايخِ وَأَهْلِ الْبَلْعَمِ  
فِيهِ الشِّقَاءُ مِنْ ضُرُوبِ السَّقَمِ  
يُبْرِي السُّعَالَ مَعَ قُرُوحِ الْمَعِدَةِ  
يُنْطَلُ صَوْلَةُ السُّمُومِ الْمُفْسِدَةِ  
وَبِحَصَا الْكُلَى وَدَاءِ الثَّعْلَبِ  
وَلِلطَّحَالِ فِيهِ خَيْرُ أَرْبٍ

## ١-٢- الخيار:

الخيار cucumber هو نوع من الخضروات الخضراء وهو من النباتات الغنية بالماء وتحتوي على مواد قلووية ويعتبر الخيار من النباتات المدرة والتي تمنع من تكوين الحصى والملينة المفيدة لتمشية الأمعاء لما تحتويه من ألياف، كما أن الخيار غني بفيتامين C ويحوي على القليل من فيتاميني A, B كما يحوي أيضاً على الأملاح المعدنية الهامة واللازمة لبناء الجسم مثل الصوديوم والكالسيوم والفوسفور والماغنسيوم. وقد أثبتت الدراسات الطبية الحديثة بأن الخيار مفيد لعمل الماسكات للبشرة، كما تساعد قشوره في تخفيض درجة الحرارة، فتناول الخيار يعمل للحفاظ على نضارة الجلد وطرواته كما

السابق، ١٧) ويوجد كذلك مواد مدرة للبول، والصفراء، ومنشطات للقلب، والدورة الدموية، وبه خمائر وأنزيمات مفيدة للمعدة، ومواد منبهة ومنشطة للغدد والهرمونات. ولقد ثبت أن البصل مضادات حيوية أقوى من البنسلين والأورمايوسين، والسلفات.. من أجل ذلك فإنه يشفي من السل، والزهري، والسيلان، ويقتل كثيراً من الجراثيم الخطيرة. (البغدادي، ٢٠٠٥، ٥٢). وقد جاءت الكثير من فوائد البصل في الشعر العربي آنذاك بحيث راحت هذه العشبة تعطي منافعاً كثيرة ومنها: زيادة القوة الجنسية، ودفع الحمى وإبعاد الوباء وإبعاد التعب والإرهاق والبلغم وأيضاً العمل على ليونة المعدة، ودفع ريح البدن، ومن ذلك قول الشاعر: [http://www.cheikh-](http://www.cheikh-skiredj.com/bibliotheque-ourjouza-chakrouniya-100.ph)

skiredj.com/bibliotheque-ourjouza-chakrouniya-100.ph

وَالْحَرُّ فِي الْبَصَلِ وَالْيُبُوسَةُ  
قُوَّتُهُ مَشْهُورَةٌ مَحْسُوسَةُ  
يُحَمِّرُ الْوَجْهَ وَيَذْفَعُ الْمَنِي  
وَمَاؤُهُ يُبْرِي سِقَامَ الْأَعْيُنِ  
وَالْأَحْمَرُ الصَّيْفِيُّ أَشَدُّ حَرًّا  
فَطَالَمَا أَوْلَى النَّحِيفَ ضُرًّا



يدفع البقع الجلدية الناتجة عن الولادة أو  
التعرض للشمس، كما المدوامة على أكله  
طازجاً يسعف المصابين بأمراض السكر  
ويخلص الجسم من بعض السموم، ويساعد  
على تخفيف الإضطرابات الهضمية ويقلل نسبة  
الحوامض في الدم وتمنع تآكل الرمال  
والحصوات البولية، فضلاً عن احتوائه على  
العناصر المعدنية المهمة كالبوتاسيوم  
الضروري لتنظيم ضغط الدم  
الشــــــــــــــــــــــــــــــــرياني.(البغدادي، ٢٠٠٥، ٦٧)  
فالشاعر "الشقرونجي" يعتبر الخيار من النباتات  
العشبية ذات الطبع البارد والرطب ومن  
خواصه يعمل على تبريد غليان الدم ويُسكن  
العطش والصفراء والحرارة، ويسعف المعدة،  
كما أوصى الشاعر بتناول الخيار مع قشره  
فالجدير بالذكر الدراسات الطبية الحديثة أثبتت  
هذه النصيحة بأن تناول الخيار مع قشره يقلل  
من كثافة سكر الدم، إذ يقول (الموقع  
الألكتروني السابق):

وَالْبَرْدُ ثُمَّ الْيُسُّ فِي الْخِيَارِ

لَكِنَّهُ يُفْضِي إِلَى الْمَرَارِ

نَظَّفَ لَهَيْبَ الْعَطَشِ الشَّدِيدِ

وَعَلَيَانَ الدَّمِ بِالنَّبْرِيدِ

وَالرَّأْيُ أَنْ تَأْكُلَهُ بِقَشْرِهِ

يَخْرُجُ بِالْإِسْرَاعِ قَبْلَ شَرِّهِ

أَضِفْ أَخِي لِمَائِهِ الْمُعْتَصِرِ

مِنْهُ هُدَيْتَ وَزَنْتَهُ مِنْ سُكَّرِ

وَأَشْرَبُهُ تَسْهَلُ عَفَنَ الصَّفَرَاءِ

بِسُرْعَةٍ وَعَفَنَ السَّوْدَاءِ

### ٣-١- الفجل:

الفجل (Radish) هو من الخضروات  
الجزرية المأكولة، يتبع الفصيلة الصليبية وتؤكل  
جذوره وأوراقه وتعمل على تنشيط الشهية  
للطعام، كما يستعمل عصير جذوره لعلاج سوء  
الهضم والإمساك. وعصيره بصفة عامة ملين  
ومدر للبول، كما يستعمل مسحوقه لمعالجة  
الربو ومشاكل الصدر. فالفجل. يزيد في كثافة  
العظام. ويمنع ترقق العظام. له تأثير مضاد  
للجراثيم الهضمية، ويزيد في الإفرازات  
الهضمية. ويمنع سقوط الأسنان، ويمنع تسوس  
الأسنان عن طريق المادة إيسوثيوسياتاتس التي  
توقف عمل الانزيمات الموجودة بالفم والتي  
تعمل على تسوس الأسنان بسبب الحديد، كما  
يمنع فقر الدم.

<http://ar.wikipedia.org/wiki/%D9%>

<http://ar.wikipedia.org/wiki/%D9%>





الحديث من الهندباء هي الأوراق والجذور، وقد ظهر في التحاليل العديدة أن هذا النبات يحتوي على الكالسيوم، البوتاسيوم، الفوسفور، الصوديوم، الحديد، النحاس، المنغنيز، مواد سكرية، فيتامينات، وحوامض أمينية، عناصر بروتينية، مواد دسمة، نشاء، جواهر مر، أنولين. أما خصائص هذا النبات فهي: مرمم ضد فاقدة الدم، مشه، مطهر، مدر، مسهل خفيف، مفرغ للصفراء، دافع للحمى، طارد للديدان. ولذلك فإنه يوصف لعلاج حالات فقر الدم، آفات الكبد، أجهزة العظم، مسالك البول، الإمساك، النقرس، التهاب المفاصل، والرمال والحصى، فقد شهية الطعام، الوهن النفسي، الأمراض الجلدية، والاستقساء، بل يشير الأطباء إلى أن الهندباء منشط عام ومجدد للأعصاب لاحتوائها على ما يعادل ١% من وزنها فوسفور، وتستخدم لعلاج الروماتيزم والأمراض الجلدية، أما أثرها المسهل فهو ذو فاعلية مزدوجة بفضل الخمائر المتنوعة التي تحتويها.

<http://www.ebaa.net/sehha-hiyat/051/051.htm>

فالفلج يحتوي أيضاً على مادة raphanin المضادة للبكتريا والفطريات والأورام، وفيه جلوكوزيدات وفيتامين (ج) ورافانين وهو مضاد حيوي جيد، كما يقلل من إنتاج هورمون الغدة الدرقية بصورة طبيعية كما تفعل جميع نباتات الفصيلة الصليبية.

فالفلج عند الشاعر يعتبر من الأعشاب التي تطرد السموم عن البدن، كما تعمل على تسهيل عملية الهضم بينما هضمه يبدو عسيراً للمعدة، وتناوله أيضاً يساعد على فتح سد الكبد وإبعاد شبح اليرقان (الشقروني الموقع الكتروني السابق):

وَالْفُجْلُ هَاضِمٌ مُزِيلُ الرِّيحِ  
وَيَطْرُدُ السَّمَّ عَلَى الصَّحِيحِ  
فَهَضْمُهُ لِعَيْبِهِ كَثِيرٌ  
وَهَضْمُهُ فِي نَفْسِهِ عَسِيرٌ  
خُذْهُ دَوَاءً فَوْقَ أَكْلِ تَرَشْدٍ

لِلْيَرَقَانِ وَلِفَتْحِ السُّدِّ

#### ٤-١- الهندباء:

الهندباء: بقل زراعي سنوي من فصيلة المركبات اللسنية الزهر، يتكاثر بالبذر وأصنافه كثيرة، منها ما يؤكل ورقها مطبوخاً أو في السلطة. ولعل الأجزاء التي تستعمل في الطب



فالهنـدباء عند الشـاعر  
والطبيب "الشقروني" تعد من الخضروات التي  
تتمتع بأمزجة مختلفة طبقاً لفصول السنة، ومن  
منافعها إنها خافضة للحرارة وتنفع أمراض  
الكبد وتعمل على إمتصاص الحرارة، كما  
تعمل على فتح السدد في المجاري البولية  
(الشقروني الموقع الكتروني السابق):

وَالْهُنْدَبَا الْمَعْرُوفُ بِالتَّقَافِ

لِلْبَرْدِ وَالْيُسِّ بِلَا خِلَافِ

مُبَرَّدٌ مُفْتَحٌ لِلْسُدِّدِ

يُطْفِئُ نَارًا أَوْقَدَتْ فِي الْكَبِدِ

#### ٥-١- الكزبرة:

نبات عشبي حولي ذو رائحة عطرية  
قوية يصل ارتفاعه إلى ٥٠ سم له أوراق علوية  
دقيقة التقطيع وأزهار صغيرة بيضاء أو قرنفلية  
اللون وتعطي ثماراً دائرية صغيرة صفراء إلى  
بنية اللون وتعد الكزبرة من التوابل  
المشهورة. وينسب للكزبرة خاصية طرد الديدان  
من الأمعاء والإكثار منها يستخدم كمنوم وقد  
جاءت الكزبرة في بردية هيرست ضمن وصفه  
لعلاج موضعي للكسور ومسكناً موضعياً  
لحالات التهابية متهيجة ولعلاج سقوط الرحم  
وإزالة الاضطرابات وطررد الغازات. وقال

جالينوس "عصارة الكزبرة مع البن تسلكن كل  
ضربان شديد". وقال "أبقراط" قديماً: «إن في  
الكزبرة حرارة وبرودة وهي تزيل روائح  
البصل والثوم إذا مضغت رطبة ويابسة. وقال "  
أبو بكر الرازي "الكزبرة نافعة ضد حالات  
التبول مرات كثيرة وتقطير البول والإصابة  
بالبرد. كما أنها مفيدة لحالات حموضة المعدة )  
<http://ar.wikipedia.org/wiki/%D۹%۸۳%D۸%B۲%D۸%A۸%D۸%B۱%D۸%A>

٩

وعن الكزبرة قال ابن سينا: «الكزبرة  
تنفع الأورام الحارة مع الاسفيداج والخل ودهن  
الورد مع العسل والزيت للشري والنار  
الفارسي» (ابن سينا، ١٣٨٧ ش، ٢٨٣) يشيع  
استخدام الكزبرة كتابل حيث تستخدم على نطاق  
واسع في جميع بلاد العالم. ويستخدم نقيع  
الكزبرة كعلاج لطيف لانتفاخ البطن والمغص  
وهي تهدئ التشنج في الامعاء وتضاد تأثيرات  
التوتر العصبي. لقد ثبت أن لزيت الكزبرة تأثير  
منبه لإفراز العصارة الهضمية وهو مضاد  
لرياح البطن وللمغص أيضاً. كما ثبت أن له  
تأثير مضاد للبكتريا والفطريات. وله فوائد  
علاجية في حالات الربو والسعال الديكي فضلا



عن ذلك، فتعمل الكزبرة على تعزيز وظائف الكبد، والغدد الصماء، كما يساعد على خفض مستويات السكر في الدم أيضاً، تساعد الكزبرة على علاج بعض المشكلات الصحية كعسر الهضم، والإسهال، وغازات المعدة والانتفاخات. كما أنها تحفز إفراز الإنزيمات والعصارة الهضمية. كما تعد جيدة لتحسين الشهية (المصدر الإلكتروني السابق)

وَالْبَرْدُ وَالْيَبَسُ مَزَاجُ الْكُزْبَرَةِ

فِي أَكْلِهَا مَنَافِعُ مُسْتَكْتَرَةٌ

تُطْفِئُ اللَّهْيَبَ وَتُزِيلُ الْعَطْشَا

وَتُخْرِجُ الْبُخَارَ عَنْ غُمْقِ الْحَشَا

لَكِنَّهَا كَثِيرُهَا مُبَرِّدٌ

مُفَقَّرٌ عَنِ الْجَمَاعِ مُرَقَّدٌ

تعد تناول الكزبرة بمزاجها الرطب

واليابس عند الشقروني مصدراً مهماً في تغذية

الجسم والتي تجلب منافع جمّة للبدن، كما أنّها

تعمل على إزالة الحرارة والعطش، كما أنّها

مضادة للرياح البطن والانتفاخات. والإدمان في

تناولها يسبب قنور في قوة الجماع.

## ٦-١- البطيخ:

البطيخ نبات عشبي حولي زاحف من

الفصيلة القرعية، يزرع ثماره في المناطق

المعتدلة والدافئة وهو الخربز معرب قديم من (الفارسية). البطيخ من أحب الفواكه الصيفية،» يحتوي على ٩٢% من الماء، فهو لذلك يربط الجسم، ويستحب تناوله قبل الأكل لابعده، وبه نسبة سكريات نحو ٧% وكمية من فيتامينات (أ)، (ج)، وألياف، والألياف تعمل كملين، وهو منشط وملطف ومدرّ للبول» (البغدادي، ٢٠٠٥، ٥٢) وعن عبدالله بن عباس رضي الله عنهما قال: قال رسول الله (ص): «في البطيخ عشر خصال: هو طعام وشراب، وريحان، وفاكهة، وأشنان، ويغسل البطن، ويكثر ماء الظهر، ويزيد في الجماع، ويقطع الأبردة، وينقي البشرة» (مسند الفردوس، د.ت، ٤٣٥١ وفيض الغدير ٤/٤٤٧) وسمي أمير المؤمنين الإمام "علي" (ع) البطيخ بشحمة الأرض إذ قال فيه: «البطيخ شحمة الأرض لاداء ولا غائلة فيه» (عقيل، ٢٠٠٣، ٨٣).

أما البطيخ عند الشاعر الشقروني يولد البرودة ويلين الطبع ويخرج الحصى ويسعف المسالك البولية على الدفع ويؤمن لها السلامة من أية أعراض تقف في عملية التبول، حيث

يقول الشقروني (الموقع الإلكتروني):

وَالْبَرْدُ فِي الْبَطِيخِ وَاللُّدُونَةُ



١-٢-التين:

التين فاكهة تُزرع منذ أكثر من أربعة آلاف سنة، وربما يعود أصله إلى جنوب غرب آسيا، ثم انتشرت زراعته حتى وصلت إقليم البحر المتوسط. وهناك وثائق قديمة يونانية ورومانية ومصرية تصف رواج التين كطعام، وما زالت نقوش التين موجودة على جدران معابد الفراعنة. (الهادي، ١٩٩٨: ١٢١) فالتين فاكهة لذيذة تحتوي على ٨٠% ماء، مع نسبة عالية من المواد السكرية، وقليل من الزيوت والدهن، وبه ألياف وفيتامينات (أ، و، ج) مع أملاح الحديد والكالسيوم، له تأثير ملين ويفيد في حالات نقص جبر العظام خصوصاً في الأطفال، وهو كثير الغذاء سريع الإنحدار، وينفع السعال المزعج، ويدبر البول ويفتح السداد وفيه سعة حرارية كثيرة (البغدادي، ٥٦) و على الرغم مما يُقال عن التين بشأن وحداته الحرارية العالية، بالمقارنة مع باقي الفواكه الأخرى، إلا أنه يظل واحدة من تلك الفواكه النافعة جداً، على المستوى الغذائي العلاجي.

وهو كما نعلم فاكهة قديمة جداً كانت تستخدم منذ عصور عديدة للعلاج والغذاء. ولا يزال التين يستخدم حتى أيامنا هذه لعلاج عدد

مِنْ أَجْلِ ذَا تَعْقُبُهُ عُقُورُهُ

يُلَيِّنُ الطَّبْعَ وَيُخْرِجُ الْحَصَا

كَمْ مُشْتَكِي مِنْ شَرِّ بَوْلٍ خَلَصَا

النباتات الطبية (الأشجار) وفوائدها:

التداوي بالنباتات قديم يرجع إلى عصور ساحقة من الدهر. وقد وضع حكماء اليونان المؤلفات العديدة عن التداوي بالأعشاب والنباتات. وإن مافي صيدلية الطبيعة من فاكهة وخضار وأعشاب أحسن فعالية مما في الصيدليات من إنتاج المصانع الكيميائية. وقد قال أبوقراط قديماً: «إذا استطعت أن تعالج بالغذاء فلا تعالج بالدواء» (الورداني، د.ت، ٧٥) وهذا الاهتمام والتوجه نحو الطبيعة والإستفادة من عقايرها كان امتثالاً لقوله عزوجل: «فلينظر الإنسان إلى طعامه» (عبس/٢٤) فالتغذية المناسبة والمتكاملة هي أهم دعائم الصحة البدنية، فالإشارات الواردة في الشعر العربي رغم وجازتها تشير إلى مجموعة من العناصر اللازمة لبناء جسم الإنسان وضرورة تتبعها لنمو الخلايا الجسدية والحصول على جسم سالم خال من الأمراض والأسقام.



عجم، كلوا منه، فإنّه بقطع البواسير وينفع من النقرس» ( الحافظ، ١٩٩٠، ٩٣) وعن أمير المؤمنين الإمام على (ع) قوله: «عليكم بأكل التين، فإنّه ينفع للقوانج» (ابن بسطام، ١٩٩٦: ج٣/١٦) ومما جاء في الشعر العربي حول فاكهة التين ومنافعها قول الشاعر والطبيب المغربي "عبدالقادر بن العربي الشقروني" قبل عدة قرون إذ يقول (الشقروني، الموقع الألكتروني):

وَالَّتَيْنِ مِنْهُ أَبْيَضُ مُعَصَّرُ

وَمِنْهُ مُسَوَّدٌ وَمِنْهُ أَخْضَرُ

وَكُلُّ مَقْشُورٍ مِنَ الْأَصْنَافِ

أَقْلُ إِضْرَارًا بِلَا خِلَافِ

يُلَيِّنُ الطَّبْعَ وَيُورِثُ السَّمْنَ

فِي قُوَّةِ الْجَمَاعِ فِعْلُهُ حَسَنٌ

وَكُلُّهُ لِلْحَرِّ وَالرُّطُوبَةِ

وَالرَّيْحُ قَدْ مَا تَعْتَرِي ضُرُوبُهُ

يُلَيِّنُ الصَّدْرَ بِالْأَعْتِدَالِ

وَرَبُّهُ يَصْلُحُ لِلشَّعَالِ

فالتين عند "الشقروني" يعمل على

ليونة الطبع ويزيد من قوة الجماع كما يسبب

أكله دوماً في إحداث السمنة وينصح بتناوله

عند اشتداد الحر أو الرطوبة، كما ان تناول

من الاضطرابات الصحية ، فهو مغذ جداً ويمدنا بالطاقة ، كما أنه سهل الهضم ومنشط . فإن من فوائد التين الثابتة بحكم التجربة أنه من أغذى الفواكه، سهل الهضم، مانع للنفخة منظم لحركة الأمعاء، مانع للإمساك وبقاء الفضلات في الجهاز الهضمي، مدرّ للبول، نافع للكبد والطحال ومجاري الغذاء، طارد للرمل من الكلى والمثانة، مسكن للسعال في حالات التسمم والقروح النتنة. كما أن الجروح النتنة تعالج بتضميدها بثمار التين المجففة والمغلية بالحليب العادي، وبعد أن تبرّد قليلاً يغطّس بها الجرح بحيث تكون قشرتها فوق الجرح مباشرة وتثبت فوقه بالقطن والرباط. ويجدد الضماد ثلاث أو أربع مرات في اليوم إلى أن تزول الجروح النتنة تماماً خلال أيام.

<http://ar.wikipedia.org/wiki/>

ولأهمية هذه الشجرة المباركة أنزل الله عزوجل سورة بإسمها سماها "التين" حيث يقول المولى في كتابه العزيز: «وَالَّتَيْنِ وَالزَّيْتُونِ» (التين/١) وقيل أهدي إلى النبي (صلى الله عليه وآله وسلم) طبق من تين، فقال: «كُلُوا» وأكل منه، وقال: «لوقلت إن فاكهة نزلت من الجنة لقلت التين، لأنّ فاكهة الجنة بلا



التين يدفع رياح البدن ويلين الصدر وربما يدفع السعال المزعج من الصدر، وتسكين للعطش الناجم عن البلغم.

## ٢-٢- الليمون والنارنج:

عرف الليمون منذ القدم واستخدم في الطب والصناعة، وأطلق على شجره (ملكة الفواكه) فيعد الليمون من أغنى الثمار في محتواه من فيتامين (ج) الواقى من مرض الاسقربوط، كما يعمل على تقوية جدران الأوعية الدموية. ومقاومة الأمراض والوقاية منها ويستعمل الليمون كدواء شاف من الأوبئة والأمراض كالكوليرا والتيفوئيد والروماتيزم والنقرس والانتانات المعوية وامراض الكبد والانفلونزا والسعال. فالليمون مفيد في تخلخل الأسنان وفي تضמיד الجروح والقروح ونزيف الانف وترميم الأنسجة. ومن خصائصه أيضاً توفره على أملاح وحوامض عضوية تساعد على احتراق الفضلات والأملاح. لذا يوصف في حالات الروماتيزم والنقرس وارتفاع الضغط الشرياني وتصلبها والدوالي وعرق النساء والآلام العصبية المختلفة. كما يستعمل النارنج في مقاومة التسممات وطرده الديدان والغازات والتعفنات المعوية. ويعمل على تقوية

الأعصاب وإنعاشها ويعد النارنج مروباً للعطش ومنعشاً ومفيداً للمغص وهاضم للأكلات الثقيلة. كما هو مطهر في حالة التهاب المسالك البولية والكلية والمثانة (البغدادى، ٢٠٠٥، ١٠٣).

يعد الليمون والنارنج من الفواكه والنباتات الطبية المهمة لدى شاعرنا "الشقرونجي" فالشاعر يرى فيهما منافع محمودة جمّة، ومصدراً طبيعياً في اعتدال الجسم وتوازنه العصبي، كما أن هاتين الثمرتين تعملان على امتصاص حدة الحرارة الناتجة عن الحمى وتسكين العطش، بينما قشر النارنج يستعمل على إزالة حالة المغص والتخفيف من حالة الغثيان، وأيضاً يستخدم في طرد البلغم والتخم وإزالة الصداع الناتج من الزكام. كما أن شمر الليمون ورائحته الذكيّة تعبق الأفئدة فرحاً وتزيل السامة والكآبة عنها:

وَاللِّيمُ وَالنَّارَنُجُ لِلْبُرُودَةِ

وَفِيهِمَا أَدْوِيَّةٌ مَحْمُودَةٌ

وَالْحُلُوُّ مِنْهُمَا لِإِعْتِدَالِ

وَالْكُلِّ فِي الْعِلَاجِ ذُو كَمَالِ

يَدْفَعُ دَاءَ لَهَبٍ وَعَطَشٍ

يُطْلَى بِهِ لِكَافٍ وَبَرَشٍ



وَقَشْرُ نَارِنْجٍ يُزِيلُ الْمَعَصَا

وَطَالَمَا مِنْ غَثَّيَانٍ خَلَصَا

يُزِيلُ بَلْعَمًا وَيُذْهِبُ التُّخَمَ

وَنَزَلَاتِ الرَّأْسِ عَنْ بَرْدِ أَلَمٍ

وَشَمُّهُ يُؤَلِّي الْفُؤَادَ فَرَحًا

يُزِيلُ عَنْهُ سَأْمًا وَتَرَحًا

### ٣-٢-الرمان:

الرمان اسم يطلق على شجرة الرمان وثمرتها، فهو شجر مثمر من الفصيلة الرمانية، وله قيمة غذائية عالية لاحتوائه على السكر وقليل من البروتين والدهن والأملاح والفيتامينات، وبعض الأحماض العضوية، ويعتبر من أحسن الفواكه، ورد ذكره في القرآن حيث قال الله عز وجل في كتابه العزيز «وَجَنَّاتٍ مِنْ أَعْنَابٍ وَالزَّيْتُونِ وَالرُّمَّانِ مُشْتَبِهًا وَغَيْرَ مُتَشَابِهٍ انظُرُوا إِلَى ثَمَرِهِ إِذَا أَثْمَرَ وَيَنْعِهِ» (الأنعام: ٩٩) وقوله أيضا «وَهُوَ الَّذِي أَنْشَأَ جَنَّاتٍ مَعْرُوشَاتٍ وَغَيْرَ مَعْرُوشَاتٍ وَالنَّخْلَ وَالزَّرْعَ مُخْتَلِفًا أَكْلُهُ وَالزَّيْتُونِ وَالرُّمَّانِ مُتَشَابِهًا وَغَيْرَ مُتَشَابِهٍ كُلُوا مِنْ ثَمَرِهِ إِذَا أَثْمَرَ» (الأنعام: ١٤١) وقد عرف الفراعنة قديماً «قتل ديدان البطن بواسطة حرق قشور الرمان

وخلطه بالعسل، وإن الدهان بهذا المخلوط له أثر في إزالة آثار الجدري والجرب عدة أيام فيزيلها» (الهادي فهيم، ١٩٩٨، ١٣٩) ومن الأحاديث الواردة بخصوص تناول الرمان وفوائده قول الإمام على (ع) والذي يرى بأن تناول الرمان يعمل على تقوية وتنشيط حالة النمو عند الصبي، إذ يقول: «أطعموا صبيانكم الرمان فإنه أسرع لشبابهم» (المجلسي، د.ت، ج ٦٣/١٥٤) وفي موضع آخر قال الإمام: «كلوا الرمان بشحمه، فإنه دباغ للمعدة» (المصدر السابق، ج ٦٣/١٥٥) بينما الإمام الرضا (ع) يرى أكل الرمان سيزيد من ماء الرجل ويحسن صورة الولد، حيث يقول: «أكل الرمان يزيد في ماء الرجل، ويحسن الولد» (العاملي، ١٤١٥ هـ، ج ٢٥/١٥٥) وللرمان عموماً مكانة معروفة في الطب الشعبي خاصة الرمان الحلو فهو نافع لأوجاع المعدة، والكلى والصدر، وقاطع للسعال، ويعين على الجماع، أما الرمان الحامض فإذا شرب ماءه نفع من التهاب المعدة، ويقطع القيئ، وبذره إذا دُق وذر على القروح أبرأها، وإن حرق به كان ذلك أفضل. (الهادي الفهيمي، ١٩٩٨، ١٣٩) كما اتضح أن عصير



لِثَقْلِهِ لِيُعْرِضَ اعْتِقَالُ

٤-٢- العنب:

يعد العنب واحداً من أقدم الفواكه أو النباتات على سطح الأرض إذ يرجع تاريخ زراعته إلى حوالي خمسة آلاف سنة قبل الميلاد والعنب هو أحد الفواكه الثلاثة التي تعد ملوك الفاكهة وهي التين والعنب والرطب كما يقول بعض الحكماء. فالعنب معروف عند العرب بكثرة خيراته ومنافعه. وقد ورد ذكره في القرآن الكريم في مواضع عدة. ومما ورد في الحديث قول الإمام علي (ع) إِنَّهُ قَالَ فِي الْعِنَبِ: «العنب أدم وفاكهة وطعام وحلو» (الكافي، ٣٥١/٦، نقلًا عن عقيل، ٦٧، ٢٠٠٣) وعن الإمام الصادق (ع) قَالَ: «إِنْ نوحاً شكا إلى الله الغم، فأوحى الله إليه: كُلْ الْعِنَبَ الْأَسْوَدَ فَإِنَّهُ يَذْهَبُ بِالْغَمِ» (المجلسي، د.ت، ١٤٨/٦٣) فالعنب كما أكدت الدراسات الحديثة يحتوي على معظم العناصر الغذائية التي يحتاجها الجسم، فيتضمن مواد سكرية بحوالي ١٥% هي سكر العنب ومنها حوالي ٧% جلوكوز كما يحتوي أيضاً على مواد بروتينية ومواد دهنية وأحماض عضوية وتزداد كلما نضجت الثمار. وثبت أن العنب من

الرمان يشفي بعض حالات الصداع، وأمراض العيون، وخاصة ضعف النظر، وإن مغلي أزهار الرمان يفيد في علاج أمراض اللثة وترهلها، كما يعمل على تقوية المعدة والقلب، مطهر للدم ويعالج عسر الهضم والإسهال المزمن.

يعتبر الشاعر "الشقروني" الرمان بنوعيه الحامض والحلو بارداً للطبع، والحامض منه بارد يابس والحلو بارد رطب وكلاهما يذهبان حرّ البدن، كما أن تناول الرمان يقوي المعدة ويسعفها على الهضم السريع وسيزيل الحزن، ويقمع الصفراء واليبوسة، كما أن شراب أزهاره كمادة قابضة تعمل ضد الإسهال، حيث يقول (الشقروني، الموقع الكتروني):

وَالْحُلُوُّ وَالْحَامِضُ مِنْ رُمَانٍ

وَلَيُبَيِّنُ تَلْعُهُ مَنْ بِهِ إِسْهَالُ

لَكِنَّمَا الْحَامِضُ لِلْيَبُوسَةِ

وَالْحُلُوُّ ذُو رُطُوبَةٍ مَحْسُوسَةِ

كِلَاهُمَا يَذْهَبُ حَرَّ الْبَدَنِ

وَالْحُلُوُّ هَاضِمٌ مُزِيلُ الْحَزَنِ

مُعْطِشٌ وَذَا عَنْ أَغْنَيْنِ فَنَا

فَاعْجَبْ لِبَارِدٍ يُهَيِّجُ الْعَطْشَا

كِلَاهُمَا فِي الطَّبْعِ بَارِدَانِ





٥-٢- الإجاص/الكمثرى:

شجر من الفصيلة الوردية ثمره حلو لذيذ، يطلق في سوريا وفلسطين وسيناء على الكمثرى وشجرها وكان يطلق في مصر والمغرب على البرقوق (معجم الوسيط، ١٩٦٠، مادة الإجاص) فالإجاص طبيعته بارد رطب، مُرخ للمعدة، ملين للبطن وقاطع للصفراء. وروي عن الإمام الإمام على (ع) قوله: «كلوا الكمثرى فإنه يجلو القلب ويسكن أوجاع الجوف» (المجلسي، ٦٣ د.ت، ١٦٨/٢) وقال ابن سينا عن أهمية هذه الفاكهة بأنها عطرية وتميل إلى البرودة وتقوية القلب. وفي الطب الحديث ثبت إنها فاكهة ثمينة، وفيها خواص تنظف المعدة والأمعاء، ولها غني بالأملاح المعدنية وبخاصة المنغنيز الذي يعطيها خصائص حيوية عظيمة وسكرها سهل الهضم والتمثيل.

وأزهار فيها خواص إدرار البول ومغليها يفيد في بعض اضطرابات البولية خاصة في حالات التهاب المثانة (عقيل، ٢٠٠٣، ٦٧) فالإجاص عند الشاعر بمزاجه الرطب، واليابس، مُرخ للمعدة، ملين ومغذي، ومهدئ، وشرابه ينفع الحمى الصفراوية، ويقطع

الفواكه النافعة لأمراض الصدر، فيعمل من عصيره مشروب ذو تأثير كبير ضد السعال وآفات الرئة. ويوصف العنب علاجاً شافياً للرممل وأمراض الكلى والإمساك وتناول العنب يساعد على إدرار البول ويقلل من حموضته، كما يستعمل في علاج داء النقرس وحالات الإمساك.

فالعنب عند الأديب الشقروني من أكثر الفواكه غذاءً وأقلها رداءة وأجوده العنب الأبيض ثم الأسود والأحمر فمزاجه معتدل وله منافع كثيرة، كما أن تناول قشره وحبه سيولد ريحا يثير بعض الأسقام في الجسم:

فَكُلُّ صِنْفٍ مِنْ صُنُوفِ الْعِنَبِ

الْمِزَاجُ ذُو غِذَاءٍ طَيِّبٍ

وَكُلُّ مَا أَبْيَضَ وَرَقَ قِشْرُهُ

يَنْقُصُ شَرًّا وَيَزِيدُ خَيْرُهُ

وَكُلُّ مَا اسْوَدَّ يَزِيدُ حَرًّا

فَلَا تَخَفْ مَا عِشْتَ مِنْهُ ضُرًّا

وَالْأَحْمَرُ اللَّوْنِ مِزَاجُهُا غَدَلٌ

عَلَى نَفَائِسِ الْمَنَافِعِ اشْتَمَلُ

وَالْقِشْرُ وَالْعَجْمُ يُؤَلِّدَانِ رَطْبُ

رِيحًا تُثِيرُ السَّقَمَ فِي الْأَبْدَانِ



العطش ويبرد حرارة الكبد، كما أن شمه ينعش  
الفؤاد ويرسم السرور والبهجة على متناوليه.  
والبرد ثم اليبس في الكمثرى  
وإن حلا طعما وفاح عطرا  
لكنما البانوج للرطوبة  
بجرمه مائية مشوبة  
كأنما قد مزجت بالسكر  
وماء ورد فيه ريح العنبر  
في أكله تقوية للمعدة  
مبرد حر لهيب الأفندة  
كذلك المخ غليظ قابض  
والبرد واليبس مزاج الحامض  
والحلو مائل للاعتدال  
وليس من حرارة بخال  
في شمه تقوية الفؤاد  
وربه فيه السرور بادي



## نتائج البحث:

- حقق الشاعر من وراء هذه الأرجوزة محاور عدة تمثلت بمعرفته العميقة بالثمريات وبقيمتها الغذائية وتبين مدى نجاعتها في التدواي والعلاج. وأهم ما توصلنا إليه ما يأتي:
- ١- بما أن الشاعر كان طبيباً فمن الطبيعي أن يجنح للمبادئ الطبية السائدة آنذاك والإستفادة من أسسها وجعل تلك المعارف الطبية محوراً أساسياً فيما يتناول كل موضوع من الثمريات في أرجوزته على حد سواء. فهذا الأمر بحد ذاته يبرهن على مدى معرفته بالصيدلية الطبيعية ومنافعها. ويبرهن على مدى إسهامه العلمي في تشييد صرح الحضارة الإنسانية.
  - ٢- بين الشاعر في هذه الأرجوزة منافع الخضروات والثمرات ومضارها ولم يكتف بذلك بل راح يبين الزمان الأنجع لتناولها أو التدواي بها.
  - ٣- راحت عشبة البصل تمثل النبتة المفيدة في تعزيز الباه والقوة الجنسية ودفع الحمى والارهاق والبلغم والرياح من الجسم بينما غدا الخيار الدواء الأنجع في تسكين العطش والصفراء. تبريد غليان الدم.
  - ٤- يعد الفجل من الأعشاب النافعة الذي يعمل على طرد السموم وتسهيل عملية الهضم وإبعاد شبح اليرقان.
  - ٥- تعد الهندباء من الخضروات التي تعمل على خفض حرارة البدن وتقي الجسم من أمراض الكبد كما تعمل على فتح المجاري البولية، بينما بقلة الكزبرة بمنافعها الجمّة تعمل على إزالة الحرارة والإنتفاخ، بينما البطيخ راح يعمل على توليد البرودة ودفع الحصى وإسعاف المسالك البولية.
  - ٦- عدّ الشاعر من بين الثمريات (التين والعنب) من أغذى جميع الفواكه نظراً لقيمتها الغذائية في تأمين وسدّ حاجيات الجسم للطاقة الحرارية. بينما ثمرة النارج والليمون غدت الفاكهة المفيدة التي تعمل على اعتدال الجسم ورشاقتها وامتصاص الحرارة وإزالة الصداع والبلغم.
  - ٧- امتاز الرمان على سائر الفواكه بأنه يعمل بكثافة على قطع السعال وتطهير الدم وزيادة ماء الرجل وقطع أوجاع الصدر وسهولة التنفس، بينما التفاح إتسم بطابع سلبي لميله الشديد للصفراء وعدم إصلاحه للجسد المحرور في حين تناول عصيره سيولد السرور والنشاط ورائحته تنعش القلب وتقويه.



٨ - امتازت ثمرة الإجاص على الثمرات الأخرى في عملها الرامي في تنظيف المعدة والأمعاء وقطع العطش والصفراء وتبريد الكبد.

٩ - حرص صاحبها على أسلوبية الأرجوزة-رغم قيمتها التعليمية-فارتكزت على التقريرية العلمية، كما جنت في كثير من المواضع إلى ملامح شعرية قوامها الإيحاء، والإنزياح والتناص، وبعض المظاهر البلاغية كالتشبيه والطباق، والإقتباس الإشاري من القرآن الكريم والحديث النبوي. كما لا تغفل الأرجوزة عن سلاسة المعجم الأدبي والموازنات الصوتية والإيقاعية، كما دأب صاحبها على الوضوح دون إسفاف أو إطالة في إرساء المفاهيم العلمية والطبية .

١٠- ثبت من خلال المقارنة أوجه التوافق والتلاحم ما بين استعمالات الطب المغربي القديم والطب الحديث مما يسعف حضور رؤية الطب المغربي وتعزيز مكانته التاريخية في تحليل النباتات وإدراك خواصها ومنافعها في علمي التغذية والصيدلة.

١١- الثقافة الطبية التي تكونت لدى الشاعر كانت مزيجاً من الأساليب العربي السائدة في المغرب العربي وما توصل إليه بنفسه وأيضاً استفاد الشاعر كثيراً من أساليب الطب النبوي وأساليب الطب اليوناني المتمثلة بمعارف بقراط وجالينوس كما لم يغفل عن المعرفة الطبية لدى الإيرانيين وعلى رأسهم ابن سينا والرازي. فشغف الشاعر وحبه للعلم والمعرفة الطبية قاده إلى التنقيب عن أنجع الطرق لتغذية الجسم ومعالجة أسقامه بصيدلية الطبيعة وهذا ما تمخض عن تواصل وتلاقح رؤاه وأفكاره مع منجزات الطب الحديث وهذا إن دلّ على شيء فإنّما يدلّ على الإنسجام العلمي الرفيع لدى الشاعر وملائمة أساليبه في علمي التغذية والشؤون الصحيّة مع أساليب الطب الحديث.



## المصادر والمراجع:

- القرآن الكريم.
- ابن بسطام ، طب الأئمة، شرح وتعليق محسن عقيل، بيروت، دار المحجة البيضاء، ١٩٩٦م.
- إبن سينا، حسين عبد الله، قانون، ترجمة عبد الرحمن شرفكندی، ط٨، تهران، سروش، ١٣٨٧ش.
- أبو منصور، الدليمي، مسند الفردوس، مصر، القاهرة، دار الكتب، (د.ت).
- البغدادی، موفق الدين عبد اللطيف، الطب من الكتاب والسنة، تحقيق الشهاوي، بيروت، عالم الكتب، ٢٠٠٥ م.
- تاویت، محمد، الوافي بالأدب العربي في المغرب الأقصى، المجلد الثالث، المغرب، دار البيضاء، دار الثقافة، ١٩٨٤ م.
- الحافظ، أبو عبد الله الذهبي، الطب النبوي، تحقيق أحمد رفعت البدراني، بيروت، دار احياء العلوم، ١٩٩٠م.
- دياب عبد الحميد، قرقوز أحمد، مع الطب في القرآن الكريم، قم، منشورات الرضى، ١٤٠٤ش.
- دياب، كوكب، المعجم المفضل في الأشجار والنباتات في لسان العرب، بيروت، دار الكتب العلمية، ٢٠٠١م.
- رويحه، أمين، التدواي بالأعشاب، لبنان، بيروت، دار القلم، ١٩٨٢م.
- شبر، جواد، أدب الطف أو شعراء الحسين، لبنان، بيروت، مؤسسة التاريخ، ١٩٨٨م.
- شبر، سيد عبدالله، طب الأئمة، لبنان، بيروت، دار المرتضى، ٢٠٠٩م.
- الصنوبري، أحمد بن الحسن الضبي، ديوان الصنوبري، تحقيق إحسان عباس، بيروت، دار الثقافة، ١٩٧٠م.
- الطبرسي، مكارم الأخلاق، لبنان، بيروت، دار البلاغة، (د.ت).
- العاملي، الحر، وسائل الشيعة، لبنان، بيروت، دار إحياء التراث العربي، ١٤١٥هـ.ق.
- عبد الرحيم، محمد، موسوعة روائع الشعر والطب العربي، لبنان، بيروت، دار الراتب الجامعية، ١٩٩٩م.
- عراقي، فيصل محمد، الأعشاب دواء لكل داء، القاهرة، ١٤١٣هـ.ق.



عقيل، محسن، طب الإمام علي (ع)، بيروت، دار المحجة البيضاء، ٢٠٠٣م.  
القاني، صبري، الغذاء لا الدواء، بيروت، دار الملايين، ١٩٨١م.  
القمي، شيخ عباس، سفينة البحار، إيران، قم، دار الأسوة للطباعة والنشر، ١٤١٦هـ.ق.  
المجلسي، بحار الأنوار، لبنان، بيروت، مؤسسة الوفاء، (د.ت).  
مصطفى، إبراهيم، وآخرون، معجم الوسيط، مصر، القاهرة، دار الدعوة، ١٩٦٠م.  
نوفل، سلسيل محمد، شعر الأطباء في الأندلس في القرن السادس الهجري، فلسطين، رسالة ماجستير، جامعة النجاح الوطنية، ٢٠٠٩م.  
النويري، شهاب الدين، نهاية الأرب في فنون الأدب، تحقيق مفيد قميحة، لبنان، بيروت، ٢٠٠٤م.  
الهادي، فهم؛ دينا بركة، عالم النبات في القرآن الكريم، القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٩٨م.  
مصادر النت:

الورداني، سعد رفعت: العلاج بالخضروات والفواكه في ضوء الطب [www.kotobarabia.com](http://www.kotobarabia.com)  
عبد القادر بن العربي الشقروني: أرجوزة الشقروني المكتبة السكيرية التجانية - [www.cheikh-skiredj.com/bibliotheque-ourjouza-chakrouniya-5.php](http://www.cheikh-skiredj.com/bibliotheque-ourjouza-chakrouniya-5.php)  
علاء الدين محمد ٢٠٠٥/٩/٣٠م (١٩٢) [www.mnab3.com/vb/showthread.php?t=192](http://www.mnab3.com/vb/showthread.php?t=192)  
[http://thawra.alwehda.gov.sy/\\_archive.asp?FileName=405054502200509](http://thawra.alwehda.gov.sy/_archive.asp?FileName=405054502200509)  
٢٩٢١٣٧١٠  
<http://ar.wikipedia.org/wiki/%D9%81%D8%AC%D9%84>  
<http://www.ebaa.net/sehha-hiyat/051/051.htm>  
[www.libyanyouths.com/vb/t45029.html](http://www.libyanyouths.com/vb/t45029.html)  
<http://ar.wikipedia.org/wiki/%D9%83%D8%B2%D8%A8%D8%B1%D8%A9>  
[http://ar.wikipedia.org/wiki/%D8%AA%D9%8A%D9%86\\_%D9%85%D8%B9%D8%B1%D9%88%D9%8](http://ar.wikipedia.org/wiki/%D8%AA%D9%8A%D9%86_%D9%85%D8%B9%D8%B1%D9%88%D9%8)

